



## 習い事続ける理由：FDCダンススクール・仙台校 を事例として

著者	大滝 裕子
雑誌名	東北人類学論壇
号	13
ページ	144-164
発行年	2014-03-31
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10097/57285">http://hdl.handle.net/10097/57285</a>

## 習い事続ける理由 —FDC ダンススクール・仙台校を事例として

大滝 裕子

### 1. はじめに

本研究の目的は、仙台市内にあるダンス教室におけるフィールドワークをもとに、人々が特定の習い事続ける理由を明らかにすることである。

受講生は、ダンスを習いにスタジオに通っている。ダンスを始めた理由は何か、という筆者の問いに、「ダンスが好きだから」、「ダンスに魅力を感じたから」と彼女たちは答える。では、何故ダンスが好きなのか、ダンスのどこに魅力を感じるのか、という問いには、「好きなものは好き」、「説明できない」、「動きが音に合う爽快感とか、説明しようと思えば色々あるかもしれないが、そういうことではない」と答えた。これらの言葉は、ダンスを始めたきっかけやダンスを続けている理由が、個人の嗜好の問題であることを表わしている。また、「ダンスが楽しいだけじゃここに来ない。先生教えるの上手いし、みんな良い人たちだし」と話す受講生もいた。

そこで、筆者は一つの疑問を持った。習い事をしているということは、習う内容だけではなく、習う場を選択したということである。受講生はなぜ同じ教室でダンスを続けるのだろうか。ダンスの楽しみ方は習い事で続けるだけではない。クラブで自由に踊る、気の合う友人とのサークル活動として踊るなど様々ある。筆者がフィールドワークを行ったのは、FDC ダンススクール・仙台校だ。ここに通う受講生は、習い事としてダンスをすること、そして同校をその場所として選んだ。他のダンスの楽しみ方を選択せずに、同じ教室で踊り続ける理由は何であろうか。

FDC ダンススクール・仙台校には、5年以上通っている受講生が多く、中には10年以上という人もいる。皆親しげな様子だが、話を聞くと、レッスン以外で会うことは滅多にないという。同校の講師は、そのような関係について「私たちはダンスでつながっているんです」と言った。

「職場集団、学校集団、遊戯集団など、趣味、娯楽、スポーツ、芸能、学術、宗教、政

治、経済、教育、軍事などに関する無数の集団」(綾部 1988: 19)に着目した綾部は、それらが地縁や血縁ではなく、「何らかの目的が機縁になって」(綾部 1988: 19)創られていると述べた。そしてこうした集団を「約縁集団」と呼び、以下の様に定義した。

何らかの共通の目的・関心を充たすために、一定の約束のもとに、基本的には平等な資格で、自発的に加入した成員によって運営される、生計を目的としない、パートタイムの私的な集団(綾部 1988: 6-7)。

「ダンスでつながっている」という発言にある通り、FDC ダンススクール・仙台校に人々が集まる理由はダンスをするためである。ダンスを契機とする点を考慮すれば、「約縁集団」と言えるのかもしれない。しかし上の定義は、受講生同士の関係には当てはまるが、ダンスを生計の段ともしている講師との関係には当てはまらない。

一方で上野は、地縁と血縁を契機とせず、「ココロザシ」や「タノシミ」の一致によってつながる縁を「選択縁」とし、その中でも、趣味やボランティアといった活動を積極に行う主婦の集まりを「女縁」と呼ぶ(上野 2008: 58)。「ココロザシ」を持つ「女縁」は社会に対する問題意識や信念に基づき、社会問題について学習したりボランティア活動をしたりする。「タノシミ」を持つ「女縁」はスポーツや編み物など興味のある活動をし、その活動自体を楽しむ。「女縁」は主婦によって創られるが、「専業主婦と兼業主婦は生態系が違うため」(上野 2008: 24)、両者が一緒になって「女縁」を創ることはないという。しかし FDC 仙台校には、学生、社会人、専業主婦、兼業主婦、独身など様々な立場の女性が集まる。この点で、上野(2008)の言う「女縁」には当てはまらないのだが、「タノシミ」が一致するという点は FDC 仙台校にも当てはまる。ここでいう「タノシミ」とはダンスをすることである。

また上野(2008)は、商業資本が介在する、習い事のために集った主婦の集団を「カルチャー縁」と呼ぶ。この定義において上野は、講師がいる場合もいない場合も「カルチャー縁」と一括りにしている。ここに一つの疑問が生じる。ただしそれは、上に挙げた「約縁集団」と「女縁」がフィールドに当てはまらないことではない。これらの定義が、趣味の集団を対象としていながら、習い事の場合には不可欠な講師という存在に重きを置いていないことだ。習い事である以上、講師と受講生の関係は無視できない。講師が受講生とどのよう

な関係を結び、どのような場を創るのかが受講生同士の関係にも影響する。そしてそれが受講生がダンスを続ける理由にも深く関わっていると筆者は考える。習い事に通うということは、習う内容と共に、どこで誰に習うのかが重要なのである。

本稿では、FDC ダンススクール・仙台校でのフィールドワークに基づき、特に講師と受講生の関係に着目することで、人々が特定の習い事を続ける要因を考察したい。

## 2. FDC ダンススクール・仙台校

ここでは、FDC ダンススクール・仙台校の概要とレッスンについて説明する。

### (1) 概要

FDC(Futurist Dance Company)はステージダンサー養成の専門校として1995年に設立された。ジャズダンス専門のスクールであるが、ヒップホップなど他のジャンルのダンスを教えることもある。設立当初は仙台校と石巻校の2校のみであったが、現在では秋田校を含め3校でレッスンが行われている。講師5名が指導に当たる。講師と受講生は全て女性である。

筆者がフィールドワークを行ったのは FDC ダンススクール・仙台校(以下、FDC)であるので、以下で記述するフィールドの詳細は全て仙台校についてである<sup>1</sup>。指導を担当するのは、仙台校代表である K 先生、F 先生、S 先生である。石巻校代表の D 先生と、秋田校代表の C 先生が、不定期に仙台校でレッスンを行うこともある。2013 年 12 月時点で、水曜初級クラス(月 3 回)、火曜初中級クラス(月 4 回)、木曜中上級クラス(月 4 回)、日曜初級・中級(月 2 回)、トライクラス(月 1 回日曜日)の計 6 クラスが開講されている。この他に単発レッスンが日曜日に開かれることもある。単発レッスンでは、初級者と上級者の別なく同じ振り付けを習い、さらに FDC 非会員の人も参加できるものもある。K 先生はこれを「レッスン会」と呼ぶ。水曜クラスの 1 ヶ月の受講料は 5,500 円、火曜・木曜クラスは 10,000 円、日曜クラスはそれぞれ 3,500 円である。水曜初級は F 先生が、他のクラスは全て K 先生が担当する。基本的に水曜クラス

---

<sup>1</sup> 筆者は元々 FDC の受講生として、2011 年 7 月から同校に通っていた。2012 年 8 月からフィールドワークを開始し、2013 年 12 月まで続けた。

は F 先生が担当するが、S 先生が指導することもある。S 先生は小学生の時に FDC 石巻校でダンスを始め、2007 年からは仙台校に通うようになり、2012 年の 7 月から FDC の講師として指導するようになった。F 先生と S 先生は木曜・日曜初中級・トライクラスでは受講生として K 先生のレッスンを受けている。C 先生も日曜中級クラスを受講している。

2013 年 12 月現在、水曜初級クラスに 9 人、火曜初中級クラスに 9 人、木曜中上級クラスに 9 人が所属している。平日のクラスに通う受講生のほとんどが日曜クラスも併せて受講しており、日曜初級クラスは 21 人、日曜中級クラスは 19 人である。日曜中級クラスのうち 11 名が日曜のトライクラスも受講している。平日のクラスを受講せずに、日曜クラスだけを受ける受講生もいる。通うのは 10 代から 40 代の女性である。筆者を含め学生が数人いるが、その他はほとんどが社会人である。独身、主婦、子どもがいる、いないなど様々である。仙台市内に住む人が多いが、石巻や古川から通う人もいる。

FDC は青葉区旭ヶ丘にある。地下鉄旭ヶ丘駅から徒歩で約 10 分の住宅街に位置する。地下鉄やバスを利用する人もいれば、車やバイクで通う人もいる。4 台分の駐車場があるが、スタジオの駐車場が満車の場合には近くの有料駐車場や、旭ヶ丘駅側にあるスーパーの駐車場を利用する人もいる。スタジオの駐車場の利用については、K 先生がローテーションを組む。

スタジオは 1 階建てで、建物の前に駐車場がある。スタジオのドアを開けると右手に下駄箱があり、左手にダンスフロアが広がっている。床はフローリング、南側の壁一面が鏡張りになっている。鏡の反対側には、西側からトイレ、水道、受講生が使用する棚と更衣室が設置されている。

この教室で練習する受講生の目標はステージダンサーになることであり、講師にとっての目標は受講生をステージダンサーとして育成することである。K 先生が考えるステージダンサーとは、舞台上で踊り、観客に伝えたいことを発信できる人である。目標達成のための良い機会だと K 先生が捉えているのが、「仙台大衆舞踊団(以下、舞踊団)」の舞台に受講生が出演することだ。舞踊団は、FDC の講師とほとんどの受講生から成る、ダンス公演制作団体である。単にダンスだけを何曲も披露するのではなく、一つの物語をダンスで表現するという点にこの舞台の特徴がある。出演者は台詞を発することはなく、ナレーショ

ンと寸劇、そして物語の展開に合わせたダンスを披露することで、観客に内容を伝えるのである。FDCの火曜初中級以上のクラスを受ける受講生は、舞踊団の舞台に出演することが規約となっている。このため、FDC仙台校独自の舞台は開かれていない。また、初級クラスに属する人でも、希望すれば舞台に出演することができる。毎年人数は変動するが、大体30名から40名が出演する。

## (2) レッスンの特徴

ステージダンサーとして育てるために、受講生に基礎を習得させることをK先生は重視している。例えば、火曜と日曜中級クラスでは、約2時間のレッスンのうち75分程が基礎練習に当てられている。基礎練習で行う内容はFDC仙台校が開校した当初から変わらないが、受講生の習得具合から判断して、基礎で行うメニューを増やしたり、あるいは減らしたりすることもある。

次に、K先生が指導を担当する火曜クラスを例に、レッスンの大まかな流れを説明する。レッスン時間は19時15分から21時までとホームページに記載されているが、実際は19時20分頃から始まり、終わるのは21時15分頃である。スタジオはレッスン開始15分前から開いていることになっているが、18時45分頃には受講生が到着しはじめる。スタジオに来ると受講生はジャージやTシャツなどに着替える。車を使う人は、動きやすい服装で来る場合が多い。K先生の「それでは始めます」という呼び掛けでレッスンが始まる。K先生は鏡のまん前に立ち、その後ろに受講生は2列に並ぶ。受講生はK先生を後ろから、あるいは鏡越しに見ながらレッスンを受ける。K先生の姿と鏡に映る自分の姿を見比べながら練習するのである。

レッスンの前半は、ウォーミングアップ、アイソレーション、筋力トレーニング、ストレッチ、基礎練習を行う。ウォーミングアップとは、上半身をまわす、背伸びをする、背中を反らせるなどすることである。アイソレーションは身体の各部分(首、肩、胸、腰)を単独で動かす訓練である。基礎練習では、「プリエ」、「タンデュ」、「バットマン」などの動作やターンといった技術の練習をする。プリエは膝を曲げる動作、タンデュとバットマンは、片足をまっすぐ伸ばしたまま前、横、後ろに出す技術のことである。タンデュは爪先を床につけたまま足を動かし、バットマンは爪先を床から離し、高く持ち上げる。振り付けの練習だけではなく、このような技術を習得するための基

基礎練習も曲に合わせて行う。どの技術の練習においても共通していることがある。それは曲に合わせて身体を動かす前に、身体を動かす順番(タンデュなら、脚は前、横、後ろの順番に出す)と、どこに注意をして身体を使うのかを K 先生の指導のもとに確かめることである。この作業を K 先生は「確認」と呼ぶ。20 時 35 分に基礎練習が終わり、レッスンの後半は K 先生が作った振り付けを受講生に教え、それを曲に合わせて踊る練習をする。K 先生が曲のテンポよりもゆっくりと身体を動かしながら振り付けを教え、受講生がそれを覚え、何度か曲に合わせて踊る、という流れが繰り返される。この合間には数分の自主練習をする時間が設けられる。21 時 15 分にレッスンが終了した後にもほとんどの受講生はスタジオに残り、15 分程自主練習をする。この時に受講生が K 先生に質問をすることがある。21 時 30 分になると受講生は練習をやめ、帰る用意をし、解散となる。以上がレッスンの大まかな流れである。

### 3. ダンスの練習

ここでは、K 先生の指導の様子を記述し、何をどのように教えているのかを明らかにする。また、その指導を受けて受講生が何を学んでいるのか、どのように練習しているのかということについても述べる。

#### (1) ダンスの基本

講師と受講生の様子を記述する前に、基礎を練習する時と振り付けを踊る時に踊り手が気を付けることと、練習で使われるダンス用語について説明しておく。

##### 「引き上げ」と「ストレッチ」

踊り手が常に気をつけておかなければならないこととは、「引き上げ」と「ストレッチ」である。まず「引き上げる」とは、「お腹に力を入れる、あるいはお腹を引っ込めて、からだを天井から引っ張られているような意識で、鉛直方向に胴体を引き上げるような意識をする(水村 2008: 53)」ことである。K 先生は「良い姿勢をとろうとして、胸を張り、背中を反らせてはいけない」と言う。背中では肩甲骨を寄せて反らせるのではなく、左右の肩甲骨の距離を離すようにして背中を平らにし、「引き上げる」のだ。K 先生は「『引き上げる』のとお腹をしめるのは同じようなこと」と言い、また「引き

上げ」た時の背中の状態を「背中高く」と表現する。レッスンの中で、K 先生が「引き上げて」と受講生に指導すると、受講生はウエストをしめたり背筋を伸ばしたりして、「引き上げ」ようとする。

さらに、「引き上げる」時には同時に「引き下げる」ことも意識しなければならない。例えば、曲げた膝を伸ばすプリエという動きをする場合は、引き上げる力と同じだけ、「地面を押す下向きの力が生じる必要がある」(水村 2008: 55)。「引き上げる」ことばかり意識しては、踵が床から浮いてしまう。「引き上げ」と「引き下げ」を同時に意識することで、立位姿勢を保つことができるのだ。プリエのように身体を動かす時だけではなく、脚を伸ばして立っている間も、「引き上げる」と同時に「引き下げる」ことを意識する。「引き上げ」と「引き下げ」を同時に意識して立つのがジャズダンスの基本姿勢であり、この姿勢をとる時には腹部、背中、肩甲骨、脚などの身体の各部に意識を向けなければならない。レッスンでは毎回、K 先生の指導のもとに、受講生は基本姿勢をとって立つことができるかを確かめる。その時にはまず爪先をそろえて立つ。そして腹部に力が入っているか、背中は「高く」保っているか、脚は「引き下げ」ているか、体重は爪先の方に多くかかっているか、などの様々なことに意識を向けて基本姿勢をとって立つ訓練をする。

次に「ストレッチ」について説明する。これは柔軟体操を指しているのではなく、「伸ばす」意識を持って身体を動かすということである。K 先生と受講生は、柔軟体操も「伸ばす」意識を持って身体を動かすことも「ストレッチ」と呼んでいる。本稿では、前者をストレッチ、後者を「ストレッチ」と表記する。

例えば、右腕をワンカウント目でまっすぐ上に挙げた後、3 カウントの間は腕をそのままにするというフリを踊るとする。「ストレッチ」の感覚が分からない人は、ワンカウント目で右腕を上へ上げる力、その後 3 カウントの間は挙げた右腕を支える力を使うだろう。このような踊り方は、固い印象を与える。「ストレッチ」をしないと、踊っているというよりは、動いているようにしか見えない場合もある。「ストレッチ」しながらこのフリを踊るというのは、3 カウントの間、右腕を上へ上へと伸ばし続けるような力を使うということなのだ。ワンカウント目ですでに腕をまっすぐに上げるのだから、その後にさらに腕を高く挙げることは実際にはできない。だが、挙げた腕が伸びていくかのように意識することが重要だ。「ストレッチ」をすると、実際の腕の長



さに変化はないのだが、伸びやかに踊っているように見える。「ストレッチ」が得意な S 先生に話を聞くと、腕を伸ばし続けるように力を使うと言っても、「グッ」と腕に力を入れるのではないという。『グッ』という力よりは、身体の中心から腕に伸びていく力が、『スー』って、ずうっとずうっと続いているような」と表現していた。「ストレッチ」ができない人は、腕を伸ばし続けようと意識するあまり、腕に力を入れ過ぎてしまうことがある。伸ばし続けようとしているつもりが、力が入り過ぎて、かえって腕を伸ばす力を自分で押えこんでしまっているのだ。ただ単に腕に力を入れるのと、腕を伸ばすのとは全く違うようだ。これらを区別するために、K 先生は「ストレッチ」を「自分の力で」ではなく、「誰かに引っ張られるように」と表現することがある。

このように、伸ばし続けるという力の使い方を理解するのはとても難しい。上級クラスに所属し、難しい振り付けを踊ることができる受講生でも「ストレッチ」ができるようになるのは容易ではないという。だが S 先生は「一回閃くと忘れないみたい。自転車と同じで」と話していた。補助輪を外して自転車に乗る練習をする場合、最初はバランスがとれないが、一度乗りこなせるようになるとその感覚を忘れることはない。「ストレッチ」も同様に、「ストレッチ」する時に身体をどう使うのか一度分かってしまえば、後は思い出そうとしなくても自然にできるのだそうだ。つまり「ストレッチ」は身体の使い方のコツと言える。

K 先生が「ストレッチ」をして踊るよう受講生に指導する時には、「伸ばして」、「引っ張って」と言うことが多い。「ストレッチ」、「伸ばす」、「引っ張る」を同じ意味で使っているのだ。先に述べた、「引き上げる」と「引き下げる」も、前者を「上に伸ばす」、後者を「下に伸ばす」と表現することもできる。だが、腹部に力を入れることや背中を「高く」することなどの基本姿勢について K 先生が指示する場合は、「伸ばして」ではなく「引き上げて」と言う。一方、腕の動かし方などの動作について指示する場合は、「ストレッチして」、「伸ばして」、「引っ張って」と言う。「引き上げ」は姿勢、「ストレッチ」は基礎練習をする時や振り付けを踊る時の身体の使い方を指しているのである。

「引き上げ」と「ストレッチ」は、基礎練習の時も振り付けを踊っている時も常に意識しなければならない。K 先生は「曲のジャンルによって、どれだけストレッチするかという強度は違うけど、『引き上げ』と『ストレッチ』は欠かせない」と話していた。

## ダンス用語

まずは、FDC のレッスンにおいて使われるダンス用語について簡潔に解説する。

プリエ(ドゥミ・プリエ)とは、「脚の膝が『曲げられた』状態、あるいは膝を曲げて脚を屈める動作」(赤尾 2002: 27)である。グランプリエは、ドゥミ・プリエより深く膝を曲げる。また、ルルヴェとは、踵を持ち上げる動作、あるいはその状態のことを指す。プリエやタンデュなどの基礎練習は、以下のようなポジションに脚を置いて行う。

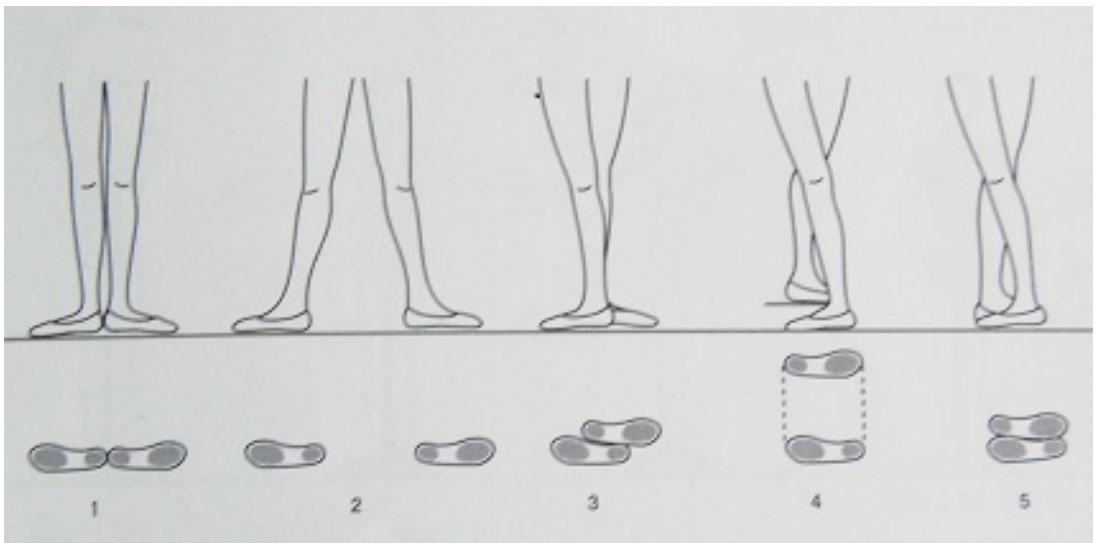


図1 脚のポジション

出所: 赤尾(2002: 35)

図1の左から、「1番ポジション」、「2番ポジション」、「3番ポジション」、「4番ポジション」、「5番ポジション」という。FDCでは3番ポジションに立って練習することはない。K先生と受講生は、脚のポジションを「1番」、「2番」、「4番」、「5番」と呼ぶ。

## (2) プリエの「確認」

ここからは、実際のレッスンの様子を取り上げる。以下は、日曜中級クラスにおいて、K先生の指導のもとに受講生が1番ポジション(図3-1)のプリエの「確認」する様子を記述したものである。

表の左側にK先生の言動を、右側には受講生の様子を記述した。「」が実際に言った

言葉であり、「 」中の[ ]は、話しながら[ ]中の動作をしたことを表わす。左右の記述で、行の高さがそろっているのは、K先生と受講生が同時に動いたことを示している。受講生の様子を先生の言動よりも一行下げて書いているのは、K先生の言動を受けて、受講生が身体を動かしたことを表わすためである。また、①、②、③…の丸数字は曲のカウントを示している。丸数字の右に記した動作は、カウントに合わせてそれを行っていることを表わす。

表 1 プリエの「確認」

K 先生の言動	受講生の動き
受講生に背を向け、鏡のまん前に立つ。	並んで立っている。
↓	↓
「それでは爪先正面[爪先をそろえて立つ]からいきますね」	腰に手を当てたり、腹部に手を当てたりしながら姿勢を整える。
腰に手を当てて姿勢を整えながら、顔を左右に向け鏡越しに受講生を見る。	鏡に映る自分の姿をじっと見つめながら正しい姿勢をとろうとしている。
月目、口角を上げ、笑顔。	
1 番ポジションに立つよう言い、爪先を開いて 1 番ポジションに立つ。	1 番ポジションに立つ。
↓	↓
「プリエー[プリエする]」	
↓	膝を曲げる。
膝を曲げたままの状態。	↓
「お腹うすいまー」「ウエストしめてー」「おへそ奥に一」	膝を曲げたままの状態。↓
↓	腹部を片手でさする人もいる。
「お腹うすくして戻してきまーす[膝を伸ばす]」	↓
↓	膝を伸ばす。

もう一度プリエをする。	↓
↓	プリエする。
「グランプリエいけるところまでいきま すね[グランプリエする]」	↓
↓	グランプリエする。
「はい[膝を伸ばし1番ポジションで立 つ]」	↓
↓	膝を伸ばす。
「引っ張ってー[ルルヴェする。受講生が ルルヴェしたのを鏡越しに確認]」	↓
↓	ルルヴェする。
「下ろしてきまーす[踵を床に下ろすと 同時に膝を曲げ、膝を伸ばす]」	↓
	踵を下ろしながら膝を曲げ、膝を伸ばす。 終始、まっすぐ前を見つめ、口を閉じて いる。

表1 プリエの「確認」

以上が1番プリエの「確認」の様子である。続けて右脚を前に置いた4番、5番ポジション(図3-1)、左脚を前に置いた4番、5番ポジションでプリエの「確認」をする。一連の動きを通すことで、身体を動かす順番を「確認」する。さらに順番を「確認」しながら、注意すべきポイントも「確認」する。「確認」は、身体を動かしながら様々な注意点に意識を向け、K先生が指導するように身体を動かしているか自分で確かめる作業なのである。K先生が「お腹うすいまー」、「ウエストしめてー」、「おへそ奥に一」と言うのは、プリエをする時に、腹部に入れた力をゆるめないようにと受講生に注意を促しているのだ。

プリエの「確認」をする時も曲に合わせる時も、K先生が指示するポイントとその言い方はいつも変わらない。常に腹部に入れた力はゆるめないようにしておくのだが、プリエで膝を曲げるときや伸ばすときには力を抜いてしまいがちになる。K先生はそこに注意するよう、「お腹うすくして」、「ウエストをしめて」、「おへそを奥に」といつも決まった言い方で受講生に呼びかける。

また、先述したように、膝を曲げた後は、膝を伸ばして脚をただまっすぐにするだけではない。膝を伸ばす時には、上体が天井に向かって引き上げられるような、上に引っ張られる意識と、脚が床の方、下へ下へと伸びていくような意識も持たなければならない。K先生はその点に受講生の意識を向けるために、「床を軽く押して」と言う。上半身は上へ、脚は下へ伸びているような意識を持つことが大事なのだ。

さらにプリエをする時には、腹部に力を入れることや、身体を「上下に引っ張る」ことだけではなく、膝を爪先と同じ方向に曲げること、腰が反らないようにすることについても先生は指示する。これらについて先生が言わない時はない。毎回のレッスンの中で何度も繰り返し指摘し、さらに先ほども述べたようにその表現もいつも同じなのである。注意するポイントを毎回、同じ言い方でK先生が指示するというのは、他の技術の練習においても、筋トレや柔軟体操をする時においても変わらない。「引き上げる」、「引き伸ばす」、「ストレッチ」を常に意識して身体を動かさなければならず、そのために注意することはいつも同じであるからこそ、K先生は必ず同じことを指摘するのである。

一方、プリエの練習をする受講生に目を向けると、プリエをしている最中に自分の腹部を触ったり、腰に手を当てたりしている。受講生は決められた順番通りに身体を動かしているだけではなく、「確認」を通して、正しく身体を動かしているか自分で確かめているということが分かる。受講生が腰に手を当てていたのは、腰が反らないようにすることを意識するためなのだろう。また腰が反っているということは、腹部に力が入っていないということでもある。腹部に手を当てるのはこの点に意識を向けさせるためのようだ。

### (3) 「ストレッチ」の練習

ここでは、「ストレッチ」する時の感覚について伝える K 先生の様子と、その指導を受ける受講生の様子を記述していく。以下に取り上げるのは、火曜初中級クラスのレッスンにおいて「ストレッチ」の練習をしている場面である。受講生は次のようなフリを踊っていた。

〈フリ〉

両足は肩幅に開いている。

①右足を1歩右に出しながら右腕をまっすぐ上に伸ばす。この時、掌は右側に向け

る。左の踵は床から離し、爪先を床につける。

②右膝を曲げると同時に上に伸ばした右腕を曲げる。右膝と右肘は右側に向けて曲げる。肘を曲げた時に右手は頭の後ろにもってくる。左の爪先を床から浮かせる。

次の表は、受講生がこのフ리를曲に合わせて踊る前に、K 先生が指導している場面である。

表 2 踊り方の指導—「ストレッチ」

K 先生の言動	受講生の動き
<p>右腕と右足を伸ばし、①のフリの形をつくる。</p> <p>「右のラインを伸ばすように」</p> <p>「ここがバリバリってなるくらい[左手で右下腹部を触る]」</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>「伸びたままー[右膝を曲げる]」</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>受講生が右膝を曲げるのを見て「プリエした時に落ちないで」</p>	<p>K 先生の真似をする。曲に合わせる時は、①の形はワンカウントの間だけ行すが、ここでは、先生が説明している間、右腕を上には伸ばし続けている。</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>右膝を曲げる。</p> <p>①②のフりを繰り返す。</p>

K 先生の言う「右のラインを伸ばすように」とは、右腕から右脚にかけて「引き伸ばす」ということである。「胸から右腕は天井に、胸から下は床に向かって伸ばす」と指導したこともあった。①のフ리를踊る時に、ただ右腕をまっすぐ上に挙げ、右脚を伸ばすのではなく、「上下に引っ張る」ように意識して身体を使うのだ。右腕を上へ、右脚を下へと意識して身体を使うことが「引き伸ばし」であり、「ストレッチ」とすることなのだ。右腕を伸ばし続けることを受講生に意識させるため、K 先生は「高い所にある物を取るみたいに」と表現したこともあった。

また K 先生は「プリエした時に落ちないで」と指摘している。これは、②のフ리로右膝を曲げる(右膝だけプリエをする)時にも、「右のライン」は上には伸ばし続けること、

腹部をしめて「引き上げ」ておくことを強調している。「引き伸ばし」や「ストレッチ」が上手くできない人は、①で上半身や右腕を上にも伸ばしていても、②で膝を曲げるのにつられて、上に伸ばし続ける力をゆるめてしまう。また膝を曲げると同時に腹部に入っていた力もゆるみ、「引き上げ」た上半身が下がったように見える。だから K 先生は「落ちないで」と言ったのだ。

さらに K 先生は、身体が伸びている、「ストレッチ」している時の感覚を、「バリバリ」と表現している。「右のライン」が伸びるように上下に引っ張り合うため、右下腹部に痛みを感じる。それを K 先生は「バリバリ」と言った。他にも「このビリビリ感を絶対に落とさない」と表現したこともあった。K 先生は「ストレッチ」を指導する時、「誰かに引っ張られているみたいに」、「高い所の物を取るみたいに」のような例えや、「バリバリ」、「ビリビリ」といった擬態語を使う。「ストレッチ」した時の感覚そのものを K 先生が受講生に伝えることはできないので、表現を工夫して指導しているのだ。

K 先生がこのように指導することで、「バリバリ」、「ビリビリ」と表現できるような痛みを感じるまで身体を伸ばすように踊れば良いと分かるが、ほんの少し腕や脚を伸ばしただけではその痛みを感じることはできない。伸ばし続けた先に、「ストレッチ」した時の痛みを感じるができるのである。表 2 で示したように、K 先生が「ストレッチ」を指導している間、受講生は身体を伸ばし続けていた。これは、その痛みを感じるまで、受講生が身体を伸ばしていたということだ。つまり受講生は「バリバリ」、「ビリビリ」を指標にしていたのである。

#### (4) 身体の使い方のコツの指導

「ストレッチ」のような身体の使い方のコツは他にもある。例えば、デガジェをする場合である。これは、バットマンという技術、すなわち「片脚をあるポジションから運び出し、さまざまな方向に差し伸ばし、さらに元に戻す動作」のうちの一つである(赤尾 2002: 49)。「脚がいちばん広がったとき、脚の付け根から膝、くるぶしを経て爪先に至るまで、脚全体がまっすぐ伸びて、張りつめ、緊張していなければ」(赤尾 2002: 50)ならない。脚を伸ばしたときに、爪先を床から離し、「身体に対して脚が約 45 度開くバットマン」をデガジェという(赤尾 2002: 51)。

デガジェをする時には、伸ばした脚の戻し方にコツがある。K 先生は「両脚の間、腿

にバネが付いていると思って。出した脚がバネの力で戻ってくるように」と指導する。K 先生は脚を戻した時の感覚をよく「グン」という音で表現する。脚全体の力で戻すのではなく、内腿を使うことを受講生に意識させている。これができるようになると、伸びた「バネ」が縮むときのような力が働いて脚が元のポジションに戻るように感じるという。また、脚を出したときにも上半身を「引き上げ」ていることが大事なので、「脚は下に、頭は上に」と K 先生は言い、その「引き伸ばし」た状態をいつも「つっぱり棒みたいに」と表現する。

脚を開き、「約 90 度あるいはそれ以上に」脚を上げるバットマンを、グラン・バットマンという(赤尾 2002: 51)。レッスンではグラン・バットマンを単にバットマンと呼んでいる。脚を顔の高さまで持ち上げる技術である。バットマンにも身体の使い方のコツがある。それは、脚の力だけで持ち上げないということだ。最初に蹴り出す時に脚の力は必要だが、その後に脚の力を抜くのがコツなのだという。そうすることで脚が高く上がる。高く上げようとして脚の力だけを使おうとすると、かえって脚が高く上がる力を押えこんでしまう。K 先生は力を抜くことを「フッ」と表現する。

このように身体の使い方のコツはいくつもある。先に述べた「ストレッチ」についてだけではなく、他の身体の使い方のコツを指導する時にも、K 先生は何かに例えたり、擬態語を使ったりして受講生に教えている。コツをつかめた時に、どのように感じるか、感覚そのものを受講生に伝えることはできないからこそ、例えば擬態語を使うのである。このような容易には習得できないことを学んでいるという意味で、K 先生は基礎練習を「修行」のようだと表現していた。

## (5) 個人への指導

(2)と(3)で取り上げたレッスンの様子から分かるように、プリエや身体の使い方のコツなどの基礎を教える時、K 先生はレッスンを受ける受講生全員に対して説明する。振り付けを教える時も、クラス全体に向けて指導するのは同じだ。この時に指摘したりアドバイスしたりするのは、全員もしくはほとんどの受講生に該当する内容である。

一方で特定の受講生に対して指導することもある。その 1 つの例が踊り方のクセを直すよう指導することである。クセとは、無意識の身体の動かし方のうち、ダンスの基礎に従っていないものを指す。その内容は人によって異なるため、個人指導する。



これはレッスンの合間や終了後に行われる。1 人の受講生は複数のクセを持っているが、K 先生は 1 度にその全てを指摘することはない。受講生の成長具合を見て、「今何を意識して練習することが最適か」を判断し、個人指導するという。全体に向けた指導通りに踊れていない受講生は、そこで教えていることを意識して練習する必要があると K 先生は考えている。よってその受講生に対して個人指導することは少ない<sup>2</sup>。だが、全体に向けた指導通りに踊ることがある程度できるようになった受講生には、さらにダンスに磨きをかけるためにクセを直すよう指導する。

個人指導するタイミングには、舞台本番までの練習時間も影響している。「この成長具合なら本番までにクセ直すことができる」、あるいは「今年の課題は、本番に向けてこのクセを直すよう意識しながら踊ること」というように、各受講生について K 先生は判断し、個人指導する。受講生にとって最適な課題を与えているのだ。的確に指導するためには受講生一人一人の踊り方をよく見て、クセを把握し、何を伝えるべきか判断しなければならない。K 先生は「見るのが仕事」、そして「平等に、誰に対しても平等に、とにかく上手くさせる」よう心がけていると話す。一斉指導だけではなく個人指導を加えるということは、同じクラスを受ける受講生同士であっても、教える内容に差異をつけるということでもある。これは一見不平等のように思えるが、各受講生の成長にとって一番必要なことを教えるという意味で K 先生の指導は、受講生全員に対して平等なのである。

受講生の成長のために、K 先生は指導以外の場面においてもそれぞれに合わせた対応をしている。まず K 先生は、仕事や子育てなどの受講生の都合に配慮している。例えば所属する火曜初中級クラスのレッスンを、仕事のため毎週受けられない受講生に対して、「木曜中上級クラスを受けてもよい、来られるレッスンを受けるように」と伝えていた。また、舞踊団のリハーサルが日曜日の 10 時から 17 時まで予定されていた時、幼い子どもがいる受講生に対して、午前か午後のどちらかだけ参加するように提案していた。さらに、K 先生は柔道整復師の資格を持っている。受講生が腰や脚を痛めている場合、レッスン後にマッサージをしたり、ケアの方法や、再び痛めないようにするためのトレーニング法を教えたりしていた。

---

<sup>2</sup> クラス全体に向けて指導したことを、なかなか踊りに反映できない受講生がいる場合は、全員に徹底させるため、その受講生に対して同じ内容を個別に教えることはある。

このように K 先生は、受講生一人一人の、仕事や子育てといった都合と身体の状態に合わせて対応を変えている。ある受講生にはマッサージをする、別の受講生にはケアの方法を教える、仕事が忙しい受講生には来られるレッスンに来てもらう、というように K 先生が提供する内容は様々だ。前述の通り受講生に対する対応が異なるのは、各受講生の成長のために必要なことを K 先生が判断し実行しているからだ。K 先生は「自分の立場からできる最大限まではやる」と言い、指導以外のことも丁寧に対応するのは、ダンス指導に徹する者としての仕事だと考えている。仕事や子育てで忙しくても、ケガをしていても、ダンスを続けられる環境を K 先生は整え、受講生を成長させる機会を作っているのだ。

このように受講生を育てることを、K 先生は花を育てることと同じだと話す。「成長に必要なものはなにか？」と気を配りながら大切に花を育てるように、受講生一人一人に対しても必要なことを教えようと心がけているのだ。受講生が成長して上手く踊る様子を、一生懸命に育てた花が美しく咲く姿に K 先生は例える。そして「後輩を育てることに相当の喜びを感じる」と言う。その気持ちが一人一人の受講生に対して、「平等に」対応する姿勢につながっているのだ。

## (6) 練習に臨む受講生の姿勢

これまで説明してきたような K 先生の指導や対応を受けて、受講生は真剣に練習している。レッスン開始前は、受講生同士の話し声や笑い声がスタジオに響き、にぎやかなのだが、レッスンが始まると、受講生の表情はがらりと変わる。特に基礎練習の時は、じっと前を見つめ、口を閉じ、K 先生の指導と自分の身体の使い方に集中している。それは先述した、プリエの「確認」や「ストレッチ」の練習をする様子からもうかがえる。すなわち、受講生は腹部や腰を触りながら K 先生が言う注意点を意識したり、自分の身体の感覚が K 先生の言葉で表現できるものかを確認めたりしている。受講生は単に踊る楽しさだけを求めてレッスンを受けているのではない。K 先生の指導通りに踊ること、つまり身体の使い方のコツを習得し、クセを直した上で踊ることを目標に練習している。まさに「修行」のような練習について行っているのである。

ダンスの基礎として上下に引っ張り合うことが大切だと述べたが、下に引っ張ることを苦手としているシズカさんはその点について K 先生から指導されていた。この場

合、彼女のクセを「上にいく」と K 先生は表現して指摘していた。2013 年 5 月 14 日の火曜クラスにおいて、シズカさんが踊っている様子を見た後、K 先生が「シズカちゃん、『上注意報』出てるね」と言い、それに対してシズカさんが、頷きながら「はい、出てますね」と答えたことがあった。「上にいく」というクセを指摘されていたシズカさんは、同じクセを持っていたという F 先生からアドバイスをもらい、この時のレッスンでクセを直そうと意識して踊ったそうだ。「上にいか」ないように踊ろうとしている様子を、K 先生は「『上注意報』出てる」と表現したのだ。クセを直すことは容易ではないが、シズカさんは、自分のクセを把握し、それを直そうと練習に取り組んでいたのである。

受講生が熱心に練習に取り組んでいるということは、彼女たちが話す内容からも明らかだ。受講生同士の会話では、「上手になりたい」、「先生のように踊りたい」、「先生に言われたことを直したい」という発言が次々と飛び出す。自分のクセや克服すべきこと、どのように踊りたいか、といった内容の話で会話がはずんでいる様子は何度も目にした。先に述べたような受講生の発言やレッスンを受ける様子から、次のことが分かる。それは受講生にとって「上手く」踊るとは、「K 先生の指導通り」に踊るということなのである。木曜クラスのハルコさんは次のように話す。「先生はよく見てくれる。先生に『よくなった』って言ってもらえるとすごく嬉しい。褒めてくれるのも嬉しいけど、注意してくれるのも嬉しい」。褒め言葉だけではなく、K 先生からのアドバイスや注意が嬉しいと受講生は話している。K 先生の指摘を受け入れ、指導通りに練習することが上達にとって重要だと考えているのだ。

2013 年 11 月の舞台後に、筆者が 3 人の受講生と来年の抱負について話していた時のことだ。受講生はそれぞれ講師にレッスンなどで指摘されていることを克服したい、という目標を述べていた。例えば水曜クラスのサトミさんは、「力を抜いて踊ること。『力が入り過ぎ、コントロールし過ぎ』って言われた」。火曜クラスのアンさんは、『形にこだわりすぎて、自分の動ける範囲で踊ってる』っていうのを、ずーっと前に言われたことがあって。それを意識して、大きく踊る」と話した。ハルコさんも「上半身の意識かな。『バラード踊る時、肩が上がったり動きが固かったりするから、上半身をもっとやわらかく使えるようになるといいね』って K 先生に言われたから」と言った。

さらにハルコさんが、「先生のためにも上手になりたいなと思う。だってあんなに喜んでくれるんだよ」と述べた。するとこの発言を聞いた他の受講生も頷いていた。「受講生を育てたい」、「成長に喜びを感じる」という K 先生の気持ちに受講生は気付いているのだ。練習に取り組み上達することが、自分のためだけではなく K 先生への恩返しになると認識しているのである。

K 先生の指導が上達に欠かせないものだと思えば、受講生は K 先生の指摘を受け入れて練習したり、指摘されたことを克服したいという目標を掲げたりはしないだろう。つまり、受講生は K 先生の指導通りに練習すれば上達できると確信しているのだ。受講生にそう思わせるために、「受講生との信頼関係をつくるのが大事」と K 先生は言う。

山岸は、信頼を「①相手の能力に対する期待としての信頼と、②相手の意図に対する期待としての信頼」に区別した(山岸 1998: 35)。前者はある行為を実行する能力に、後者は成し遂げようとする意志に期待するという違いがある。

受講生が K 先生の指導のもとでダンスの練習に励むのは、前述したように、K 先生の指導通りに練習すれば上達できると思っているからだ。ダンスの上達を目指す受講生は、K 先生の指導力に期待している。つまり、受講生は K 先生を信頼していると言える。

一方で K 先生は、コツをつかめた者にしか分からない感覚を伝えようとしたり、一人一人のクセを把握したりという指導をしている。さらに受講生の身体のケアをしたり、レッスンに通い続けられるような配慮をしたりする。すなわち、時間と手間をかけて受講生を育てることに徹しているのである。このような K 先生の指導と対応を受けて、受講生はコツをつかもうとしたり、クセを直そうとしたりと練習熱心だ。K 先生がどれだけ丁寧に指導や対応をしたとしても、受講生が指導通りに練習しなければ目標を達成できるようなレッスンは成立しない。受講生が意欲的に練習するからこそ、講師は受講生の思いに応えるように指導をする。指導や対応に手間や時間をかけても受講生はそれを無駄にしないと講師は考えているのだ。つまり講師は受講生のやる気に期待している。講師も受講生を信頼していると言える。

講師が指導し、受講生が練習する。講師は受講生の成長に喜びを感じ、受講生を育てることに徹する。講師の指導と対応を受けて、受講生は練習に励む。そうすることが講

師への恩返しでもあると捉えている。

このようなやりとりが出来るのは、K先生と受講生が信頼関係を結んでいるからだと筆者は考える。講師と受講生の互いに対する信頼が、ダンスを教え、学ぶ場を成り立たせているのである。また、先述した通り、K先生は各受講生のダンスのレベルに応じた指導や、都合に合わせた対応をしている。ここから分かるのは、K先生は各受講生と個別に信頼関係結んでいるということである。指導力に期待し、信頼関係を結ぶことができる講師がいるからこそ、受講生は教室に通い続けるのだ。

#### 4. おわりに

本稿で記述してきたのは、フィールドにおいて何が教えられ、何が学ばれているか、それを講師がどう指導し、受講生がどのように練習しているのかということだ。ダンスの練習といっても、それは振り付けを完璧に覚え、間違えずに踊るようにすることだけが目的ではない。身体を使うコツをつかむこと、つまり基礎を習得すること、またクセを直すことも重要な意味を持っているのである。

講師は受講生が目標を達成できるように指導する。言葉で説明できない感覚を、擬態語や例えを使って教える。基礎の習得には、常に身体で感じる感覚を意識して練習することが大切だ。受講生に意識させるために、重要なポイントを何度も繰り返して言う。クセを直すよう指導するなど、各受講生に合わせて指導内容と方法を変える。さらに仕事や子育てで忙しい受講生や、ケガをしている受講生でも教室に通いやすい環境を整えている。このような講師の指導と対応を受けて、受講生は熱心に練習する。講師の指導の通り練習すれば上達できると確信しているからこそ受講生は練習に打ち込めるのだ。「確認」を通して、受講生が身体の使い方のコツをつかむ練習をしている様子は、講師の指導を受け入れ、意識していることを表わしている。受講生が積極的に練習に取り組み、そうやって指導に伝えてくれるから講師はまた丁寧に指導する。このように講師と受講生の間に信頼関係が構築されているとすることができる。

「ダンスが好き」、「踊るのが楽しい」と言う受講生の声は、ダンスを続ける理由ではあるが、特定の教室に通い続ける理由とは言えない。1つの場所で習い事を続けるということは、どこで、誰に習うかを受講生が選択し、その選択に充足感を感じているということだ

ある。信頼関係を結んでいる講師がいるということが、受講生の意欲を支え、通い続けることに影響している。

冒頭で挙げた綾部(1988)の「約縁集団」は、習い事の場合において、集団をつくる契機とも言える指導者の存在に触れていない。また上野(2008)の「カルチャー縁」は、指導者と受講生の関係を考慮に入れていない。これまでの記述から明らかな通り、受講生が習い事続ける大きな要因となっているのは講師との信頼関係なのである。

習い事の教室という余暇活動をするための場には、受講生のみが集まって成り立っているのではない。その場を作る講師が存在しているのである。受講生がそこに通う一つの理由は講師の存在、およびその講師との関係性である。そしてその根幹にあるのが信頼関係である。講師の指導力への期待と、受講生の意欲への期待。教え、学ぶというそれぞれの行動の背景には、互いに対する信頼があるのだ。このような関係を築くことができる講師がいるから、受講生は教室に通う。講師と一人一人の受講生を結ぶ信頼関係が、習い事続ける理由なのである。

## 引用文献

赤尾雄人

2002 『バレエ・テクニックのすべて』東京：新書館。

綾部恒雄

1988 『クラブの人類学』京都：アカデミア出版会。

水村(久埜)真由美

2008 『ダンサーなら知っておきたい「からだ」のこと』東京：大修館書店。

上野千鶴子

2008 『「女縁」を生きた女たち』東京：岩波書店。

山岸俊男

1998 『信頼の構造—こころと社会の進化ゲーム』東京：東京大学出版会。